



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

Profilo professionale: Dott.ssa ANTONELLA MASIELLO
Tesi Finale - Caso Clinico: **“Le ferite dell'anima”**
Relatore: Dott. LUIGI DE MICHELE
Quadriennio 2014-2017

"Scrivere il mio autoritratto professionale, preludio alla stesura del caso, non è stato facile come dimostra il tempo che ho impiegato. Quando dico che non è stato facile non mi riferisco ad una difficoltà oggettiva o a fattori esterni che mi abbiano ostacolato in qualche modo, ma mi riferisco a come me lo sono impedito, alla difficoltà interna di mettermi *“con la testa e col pensiero”* (come si dice dalle mie parti) alla tesi, a connettere cioè il mio pensare sul mio sentire e a rendere la mia scrittura il risultato di questa personale sintonizzazione. Scrivere la tesi significa per me portare finalmente a termine qualcosa che ho scelto, che ho scelto per me e che sento mia, nel profondo: diventare psicoterapeuta. Tutto questo l'ho imparato nel corso della mia terapia personale che ha rappresentato una rinascita, la mia più importante *“esperienza emozionale correttiva”*: con la mia terapeuta, con la sua *“presenza amorevole”* (Kurtz,1990), ho partorito una nuova me, il mio *“attaccamento sicuro guadagnato”* (Siegel, 1999) e per questo, e per mille altre cose, le sarò per sempre grata. Ho sempre saputo che delle mie ferite dovevo farmene qualcosa; tante volte le ho riconosciute negli altri, ma, per poterle *“mettere a servizio”* dei pazienti, era prima necessario elaborarle e trasformarle, come ora, in risorse.

All'inizio del mio percorso, pensavo, (quasi con il *“pensiero magico”* di un bambino), che bastasse avere una predisposizione all'introspezione per poter guarire me stessa e l'altro. Essere introspettiva mi ha sempre portata a guardarmi dentro ma fuori non trovavo nessuno (a parte la mia dolce sorella) che mi rispecchiasse e che mi dicesse che non era colpa mia e, prima della mia terapeuta, continuavo a pensare di meritarmela, tanta sofferenza. Quando ho deciso di intraprendere la scuola di psicoterapia mi trovavo in un periodo di grande sofferenza personale, dettato dalla malattia di mia madre e dal mio desiderio di esserci sempre e di essere io ad accompagnarla ogni lunedì, in ospedale, per il ciclo di chemioterapia. Il lunedì coincideva anche con il giorno di lezione della scuola. Ho dovuto scegliere e non è stata una scelta facile, nonostante il grande sostegno di mia madre che voleva che lasciassi ad altri la sua assistenza per permettermi di frequentare la scuola, di pensare al mio futuro e di farle questo regalo.



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

In realtà il “dono d’amore” l’ha fatto lei a me, incoraggiandomi con forza e determinazione a seguire la strada che ho sempre desiderato; la stessa che solo per un attimo avevo abbandonato quando ho deciso, a 18 anni, di iscrivermi alla facoltà di Lettere Moderne alla “Sapienza” di Roma. Sono stata lì due anni, facendo qualche esame, ma sentendo dentro di me che non era la mia strada. Così ho fatto un passo “indietro” e mi sono iscritta alla facoltà di psicologia all’Università di Chieti e ora sono qui, felice della mia scelta e dell’indirizzo psicodinamico breve, perché la brevità e la capacità di sintesi, insieme alla predisposizione a guardare dentro, nella psiche, nel profondo, rispecchiano la mia personalità.

Quando ho iniziato a seguire le lezioni di psicoterapia dinamica breve le prime parole che mi sono risuonate dentro sono state: *“Lo strumento siete voi”*. Allora non capivo cosa significasse ma sentivo queste parole risuonarmi, forte, dentro; dopo la mia terapia personale ne ho compreso il significato, non solo cognitivamente, ma anche emotivamente. Come direbbe la mia terapeuta: queste parole adesso *“sono vere nella testa e nel cuore”*. E mi è stato chiaro questo significato anche quando mi sono data il permesso di aprire lo studio per iniziare a ricevere qualche paziente, sentendomi “in grado” e meno sola, avendo alle mie spalle i “padri” e le “madri” della scuola di PDB, una “famiglia” ricca di intensi momenti formativi, alcuni molto originali e creativi, così diversi tra loro e per questo ancora più utili all’integrazione e alla mia crescita personale e professionale. Tra questi momenti formativi rientra sicuramente l’analisi didattica, dove ho sperimentato l’incontro con l’altro e l’apertura all’altro da me, senza giudizio.

Ricordo un incontro di analisi di gruppo in particolare, dove protagonista è stato il corpo, dove tutto ha avuto inizio con un passo di danza. I nostri corpi liberi di muoversi e di incontrarsi in uno spazio protetto, in uno spazio emotivo e relazionale. Non c’è più un solo Io, ma un Io ausiliario, c’è un Noi. C’è un tronco, ci sono radici, tanti rami e foglie, c’è un albero che attraversa le stagioni, la nebbia dell’autunno, il freddo dell’inverno, la rinascita della primavera e il calore dell’estate (metafora della mia terapia personale). Non abbiamo solo dei corpi, siamo i nostri corpi, che si muovono liberi, in uno spazio “sicuro”. Sono momenti di profonda sintonizzazione emotiva, la stessa che ritrovo anche adesso con alcune delle mie colleghe/amiche. E alla fine della danza ci ritroviamo in un cerchio, metafora della relazione, ci uniamo in quel cerchio, con tutto lo scambio energetico ed emozionale che ne deriva e che, ancora adesso, mentre scrivo, riesco a sentire. Il conduttore del gruppo ci lascia parole che continuano a risuonarmi: *“quando un paziente lascia la stanza della terapia, alla fine di un colloquio, deve sentire che c’è stato un cambiamento”*. Lo stesso cambiamento che sentivo anche io, ogni volta che lasciavo la stanza di terapia a Roma, oppure, anche se in maniera



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

diversa, quando tornavo a casa dopo le lezioni di psicoterapia, dopo i weekend residenziali e dopo l'analisi di gruppo. Lo stesso cambiamento che voglio continuare a vedere e sentire, adesso, ogni volta che un paziente lascia il mio studio. Non posso e non voglio dimenticare i miei colleghi, compagni di viaggio di un percorso durato quattro anni ed oltre. Con alcuni di loro c'è subito stata sintonizzazione emotiva: l'analisi didattica, i weekend residenziali, il corso EMDR all'Aquila e alcune confessioni fino a quel momento inconfessabili ci hanno reso, da subito, un NOI, unico ed irripetibile. Con altri il percorso è stato più tortuoso e meno lineare, ma sono stati proprio gli strappi a rappresentare quei momenti di confronto, di incontro e di crescita ulteriori.

In realtà il mio lavoro "terapeutico" è iniziato qualche anno prima di aprire uno studio tutto mio, quando ho partecipato ad un progetto ("S.O.S. Infanzia e Adolescenza") come psicologa nelle scuole; successivamente, ho lavorato come operatrice presso i Centri AntiViolenza (CAV) (lavoro di cui parlerò nella discussione del caso) e come psicologa in un carcere minorile.[...] Il valore terapeutico di queste molteplici esperienze l'ho riconosciuto a posteriori, solo dopo l'analisi personale perché la mia insicurezza non mi permetteva di dare importanza al mio ruolo di operatrice o di assistente. Li svalutavo e l'autosvalutazione non mi faceva vedere quanto fosse stato terapeutico il mio lavoro con tutte le persone che ho seguito, e sono state tante, soprattutto al C.A.V. Ora mi riconosco come figura competente, con tutte le mie risorse e le mie debolezze e, soprattutto, vedo quanto tutto il lavoro svolto fino ad ora sia stato di tipo dinamico breve. La durata limitata nel tempo dei progetti ha fatto sì che gli interventi richiesti fossero di tipo dinamico breve, diretti verso un focus, verso uno specifico obiettivo.

In questi ultimi mesi, in seguito alla pandemia, ho aderito all'iniziativa del comune di Benevento di mettere a disposizione della cittadinanza un primo sostegno (telefonico) psicologico gratuito. Ho ricevuto diverse telefonate da persone che soffrono per la solitudine cui il covid le ha costrette, e che presentano prevalentemente disturbi di ansia, sintomi depressivi. Questa adesione, così come mi è già accaduto per i progetti nelle scuole, è stata anche un'occasione per pubblicizzarmi e incrementare l'attività lavorativa; alcune persone si sono infatti dimostrate interessate ad intraprendere un percorso psicoterapeutico. E il mio "lavoro" continua anche ora, mentre riprendo la scrittura del caso clinico, mentre mi trovo, mio malgrado, a dover elaborare un nuovo lutto, la perdita di mio padre. Una ferita sicuramente viva ma, come ho letto da qualche parte, è proprio nel lutto che sembra trovarsi la più piena conferma di quella dimensione relazionale che fonda la natura umana. È il lutto a sottolineare da un lato quanto l'esistenza umana sia intersoggettiva, dall'altro a mettere in luce quanto, una volta formati, i legami davvero significativi e importanti della



IAF- Istituto di Alta Formazione

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Dinamica Breve
RICONOSCIUTA CON D.M. DEL MIUR 25/01/2011 G.U. N° 33 DEL 10/02/2011
Pescara

Tel. 085.299123- info@psicoterapiadinamicabreve.it- iafpescara@gmail.com
www.psicoterapiadinamicabreve.it

nostra vita possano in fondo solo trasformarsi, ma mai finire nel nulla. Nemmeno con la morte. Questa tesi la dedico a papà e mamma, alla mia famiglia che resta, al mio compagno, alla seconda famiglia dello IAF, alla mia terapeuta, che “strofina il buio per farne luce”, al mio relatore, che mi ha accompagnata nella scrittura del caso con dedizione, e con competenze umane e professionali. E la dedico soprattutto alla nuova me, al dolore che ho saputo trasformare in compassione prima e in gioia poi. Forse è proprio il dolore che contiene le istruzioni per un buon uso della gioia. Infine, dedico questa poesia alla nuova me, all’Antonella adulta, che ha imparato ad amare in assenza e a camminare senza aver paura di inciampare; ora sa come rialzarsi.

“A un certo punto devi capire che il dolore che hai subito non lo devi subire all’infinito.

Mettiti in vacanza, la povera vita adulta non può pagare a oltranza i debiti dell’infanzia.

Dichiara finite le tue colpe, scontata la pena.

D’ora in poi ogni giornata sarà come prima ma dentro di te più netta e vera, più limpida e sincera.

Tu devi solo la più grande dolcezza possibile a chi verrà e a chi andrà via.

È festa nel tuo cuore, festeggia in qualche modo il cuore degli altri”. (Franco Arminio)